

**PENGARUH PENYULUHAN DENGAN MEDIA LEMBAR BALIK
TERHADAP PENGETAHUAN IBU BALITA DAN PERILAKU TENTANG
KONSUMSI BUAH DAN SAYUR BALITA DI DESA MUDAL
KECAMATAN BOYOLALI KABUPATEN BOYOLALI**



Skripsi Ini Disusun Sebagai Salah Satu Syarat,

Untuk Menyelesaikan Program Studi Strata 1 Jurusan Ilmu Gizi

Fakultas Ilmu Kesehatan

Disusun Oleh:

Molla Khusrof Yazmi

J310150005

PROGRAM STUDI ILMU GIZI

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA

2019

**PENGARUH PENYULUHAN DENGAN MEDIA LEMBAR BALIK
TERHADAP PENGETAHUAN IBU BALITA DAN PERILAKU TENTANG
KONSUMSI BUAH DAN SAYUR BALITA DI DESA MUDAL
KECAMATAN BOYOLALI KABUPATEN BOYOLALI**

Skripsi Ini Disusun sebagai Salah Satu Syarat
Untuk Menyelesaikan Program Studi Strata 1 Jurusan Gizi
Fakultas Ilmu Kesehatan

Disusun Oleh:

Molla Khusrof Yazmi

J310150005

**PROGRAM STUDI ILMU GIZI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

2019

**PROGRAM STUDI ILMU GIZI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
SKRIPSI**

ABSTRAK

Molla Khusrof Yazmi. J 310 150 005

**PENGARUH PENYULUHAN DENGAN MEDIA LEMBAR BALIK
TERHADAP PENGETAHUAN IBU BALITA DAN PERILAKU TENTANG
KONSUMSI BUAH DAN SAYURBALITA DI DESA MUDAL
KECAMATAN BOYOLALI KABUPATEN BOYOLALI**

Pendahuluan : Pengetahuan mampu mengarahkan ibu untuk melakukan pemantauan pertumbuhan dan perkembangan balita dengan menyediakan makanan seimbang yang sesuai dengan kebutuhan gizi pada balita tersebut. Penyuluhan menggunakan media lembar balik merupakan salah satu cara untuk meningkatkan pengetahuan ibu balita. Lembar balik merupakan media yang berbentuk lembaran menyerupai kalender yang berisi gambar yang dibaliknya berisi informasi mengenai gambar. Asupan buah dan sayur balita sebanyak 96,04 gram/hari lebih rendah dibandingkan dengan standar WHO 300 gram/hari.

Tujuan : Penelitian ini untuk mengetahui pengaruh penyuluhan tentang konsumsi buah dan sayur dengan media lembar balik terhadap pengetahuan ibu balita dan perilaku balita di Desa Mudal Kecamatan Boyolali Kabupaten Boyolali.

Metode : Jenis penelitian ini merupakan penelitian jenis kuantitatif *quasi eksperimental*. Rancangan penelitian ini *one group pretest posttest design*. Sampel yang digunakan sebanyak 36 ibu balita, dengan teknik *proposional random sampling*. Data *pretest* dan *posttest* pengetahuan diambil menggunakan kuesioner pengetahuan sebanyak 20 item pertanyaan, *pretest* diambil 15 menit sebelum penyuluhan dan *posttest* diambil 1 minggu sesudah penyuluhan untuk data perilaku diambil menggunakan semi kuantitatif FFQ *pretest* diambil sebelum penyuluhan buah dan sayur dan *posttest* di ambil 1 bulan setelah penyuluhan dengan media lembar balik. Intervensi yang dilakukan yaitu penyuluhan dengan media lembar balik selama 30 menit. Analisis data menggunakan *Uji Wilcoxon*.

Hasil : Hasil penelitian menunjukkan pengetahuan ibu balita sebelum dilakukannya penyuluhan dengan media lembar balik memiliki rata-rata 68,05% dan sesudah diberikan penyuluhan dengan media lembar balik memiliki rata-rata 81,38% . Perilaku balita sebelum dilakukannya penyuluhan dengan lembar balik memiliki rata-rata 39,95% dan setelah diberikan penyuluhan memiliki rata-rata 57,21%. Ada pengaruh penyuluhan tentang konsumsi buah dan sayur dengan media lembar balik terhadap pengetahuan dengan nilai $p = 0,000$ dan terhadap perilaku dengan nilai $p = 0,035$.

Simpulan : Terdapat pengaruh penyuluhan tentang konsumsi buah dan sayur dengan media lembar balik terhadap pengetahuan ibu balita dan perilaku balita.

Kata Kunci : Buah dan sayur, Pengetahuan, Perilaku, Lembar balik.

**PROGRAM STUDI ILMU GIZI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
SKRIPSI**

ABSTRACT

Molla Khusrof Yazmi. J 310 150 005

**THE EFFECT OF EXTENSION WITH BEHIND SHEET MEDIA ON THE
KNOWLEDGE OF THE FAMILY MOTHER AND BEHAVIOR ON
CONSUMPTION OF FRUIT AND VEGETABLES IN THE VEGETABLES
OF MUDAL VILLAGE, KECAMATAN BOYOLALI KABUPATEN
BOYOLALI**

Introduction : Knowledge is able to direct mothers to monitor the growth and development of toddlers by providing balanced food that is appropriate to the nutritional needs of these toddlers. Increasing the knowledge of toddlers mothers can be improved by providing nutrition education, carried out by counseling using flipchart media. Flipbacks are sheet-shaped media resembles a calendar containing an image behind which contains information about an image. Fruit and vegetable intake of 96.04 grams / day is lower than the WHO standard of 300 grams /day.

Objective : This study was to determine the effect of counseling on fruit and vegetable consumption with flipchart media on the knowledge of toddler mothers and toddler behavior in Mudal Village, Boyolali District, Boyolali District.

Results : This type of research is a quantitative quasi experimental research. The design of this study was one group pretest posttest design. Consists of 36 samples, with Proposional random sampling technique. Knowledge pretest and posttest data were taken using a knowledge questionnaire of 20 question items, pretest taken 15 minutes before counseling and posttest taken 1 week after counseling for behavioral data taken using semi-quantitative FFQ pretest taken before fruit and vegetable counseling and posttest taken 1 month after counseling with flipchart media. The interventions carried out were counseling with flip sheet media for 30 minutes. Data analysis using the Wilcoxon Test.

Conclusion : There is an influence of counseling about fruit and vegetable consumption with flipchart media on toddler mother's knowledge and toddler behavior.

Keywords : Fruit and Vegetables, Knowledge, Behavior, Lembar balik.

PERNYATAAN KEASLIAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan orang lain, kecuali secara tertulis diacu dalam naskah dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Apabila kelak terbukti ada ketidak benaran dalam pernyataan saya diatas, maka akan saya pertanggung jawabkan sepenuhnya.

Surakarta, 08 November 2019

Penulis



Molla Khusrof Yazmi

PENGESAHAN SKRIPSI

Berjudul:

**PENGARUH PENYULUHAN DENGAN MEDIA LEMBAR BALIK
TERHADAP PENGETAHUAN IBU BALITA DAN PERILAKU TENTANG
KONSUMSI BUAH DAN SAYUR BALITA DI DESA MUDAL
KECAMATAN BOYOLALI KABUPATEN BOYOLALI**

Oleh:

**MOLLA KHUSROF YAZMI
J 310 150 005**

Dipertahankan di hadapan Tim Penguji
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta
Pada tanggal : 22 November 2019

Pembimbing

Susi Dyah Puspowati, SP., M.Si
NIP. 19740517 2005012 007

Penguji

1. Susi Dyah Puspowati, SP., M.Si
2. Siti Zulaekah, A., M.Si
3. Luluk Ria Rakhma, S.Gz., M.Gz

(.....)

(.....)

(.....)

**Menyetujui,
Kaprodi Ilmu Gizi**

Endang Nur Widiyaningsih, S.SiT., M.Si. Med

NIK/NIDN: 717/06-2908-7401

**Mengetahui,
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Surakarta
Dekan**


Dr. Mutalazimah, SKM., M.Kes
NIK/NIDN : 786/06 - 1711 - 301

MOTTO

MAN JADDA WAJADA

Siapa bersungguh-sungguh pasti berhasil

“Innamal a’maalu bin niyyah” (Sesungguhnya amal itu tergantung dengan niat).

“Man salaka toriiqoan yaltamis fiihii ‘ilman sahhalallaahu bihii toriiqon ilal jannah.”

”Barang siapa yang menempuh jalan untuk mencari suatu ilmu. Niscaya Allah memudahkannya ke jalan menuju surga”.

“Menuntut ilmu itu sakit nya sementara, bahagia nya selamanya”

HALAMAN PERSEMBAHAN



Atasizin Allah SubhanahuwaTa'ala, penulis akhirnya dapat menyelesaikan skripsi ini. Skripsi ini penulis persembahkan kepada :

1. Allah SubhanahuwaTa'ala yang dengan bantuan pertolongan dan izin-Nya penulis dapat berjuang memberikan yang terbaik menyelesaikan skripsi ini.
2. Kedua orang tua saya yaitu Bapak Sulistyo Widodo dan Ibu Mufronah yang takhenti-hentinya selalu memberikan do'a, dukungan moral dan materi, serta selalu menjadi motivasi terbaik.
3. Keluarga besar saya yang berada di Tegal dan Magelang yaitu bude, pakde, tante dan om saya yang tiada henti-hentinya memberikan dukungan dan semangat motivasi.
4. Kakak dan adek sepupu saya, mas Fani, Aksal, Tamara dan Khansyah yang telah memberikan do'a dan dukungan serta menjadi penghibur dikala pengerjaan skripsi ini.
5. Ibu Susi Dyah Puspowati, SP, M.Si selaku dosen pembimbing, terimakasih untuk semua waktu, ilmu dan nasehat yang telah diberikan.
6. Sahabat-sahabatku Irnawati Nur Fadhilah, Dessy Intansari, Nur Wakhidatul Ihsaniyah, Ceza Fauziah Ananda, Chamalia Adhiani, Tsamara Pasokawati, Rafika Chintya dan Evi Ayuni terimakasih untuk perhatian, suasana, motivasi dan kebersamaannya.
7. Teman-teman S1 Ilmu Gizi angkatan 2015, terimakasih untul kebersamaan dan perjuangan dalam menuntut ilmu. Selamat berjuang semoga kita bias mengatasinya suatu hari nanti. Sampai jumpa dengan cerita kenyamanan yang berbeda, jangan lupa bahagia. .

RIWAYAT HIDUP

A. Identitas

Nama : Molla Khusrof Yazmi

Tempat, tanggal lahir : Magelang, 20 Maret 1996

Jenis Kelamin : Perempuan

Agama : Islam

Alamat : Perum Permata Balaraja Blok A 1.2
N0.09 Kalimaya IV Permata Balaraja
Tangerang Banten

e-mail : Mollakhusrofya@gmail.com

B. Riwayat Pendidikan

1. Lulus TK Citra Permata tahun 2002
2. Lulus SD Citra Islamic Village tahun 2008.
3. Lulus SMP Citra Islamic Village tahun 2011.
4. Lulus Takhasussiyah PPMI Assalam tahun 2012.
5. Lulus MA PPMI Assalam tahun 2015.
6. Mahasiswa Program Studi Ilmu Gizi Jenjang S1 Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta sejak 2015.

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa atas segala rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi dengan judul “Pengaruh Penyuluhan dengan Media Lembar Balik Terhadap Pengetahuan Ibu Balitadan Perilaku Tentang Konsumsi Buah dan Sayurbalita di Desa Mudal Kecamatan Boyolali Kabupaten Boyolali” sebagai salah satu syarat untuk mencapai gelar strata satu di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Kesempatan ini penulis menyampaikan terima kasih kepada pihak-pihak yang telah membantu dalam penyusunan Skripsi ini, yaitu kepada:

1. Dr. Sofyan Anif, M. Si, selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Surakarta
2. Ibu Dr. Mutalazimah, SKM., M.Kes, selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.
3. Ibu Endang Nur Widyaningsih, S.ST., M.Si Med., selaku Ketua Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.
4. Ibu Susi Dyah Puspowati, SP., M.Si, selaku Dosen Pembimbing yang telah memberikan bimbingan, nasehat, waktu dan berbagai arahan kepada penulis selama penyusunan Skripsi.
5. Seluruh dosen dan staf Prodi Ilmu Gizi Universitas Muhammadiyah Surakarta atas ilmu yang telah bapak/ibu berikan.
6. Bapak, Ibu atas kasih sayang, pengorbanan dan doa yang tak pernah putus.
7. Ibu Ahli gizi, Ibu Bidan di Desa Mudal Kecamatan Boyolali Kabupaten Boyolali.
8. Teman-teman S1 Ilmu Gizi Angkatan 2015 terimakasih atas dukungan dan semangat yang telah diberikan
9. Seluruh pihak yang terkait dalam proses pembuatan Skripsi ini yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Penulis menyadari bahwa Skripsi ini masih terdapat kekurangan serta jauh dari sempurna dikarenakan keterbatasan ilmu dan pengetahuan penulis. Oleh karena itu, segala kritik dan saran yang membangun sangat penulis harapkan. Akhirnya penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak yang memerlukan dan bagi semua pembaca

Wa'alaikumssalam Warahmatullahi Wabarakatuh

Surakarta, 22 November 2019

Molla Khusrof Yazmi

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL DEPAN.....	i
HALAMAN JUDUL.....	ii
ABSTRAK.....	iii
ABSTRACT.....	iv
PERNYATAAN KEASLIAN.....	v
PENGESAHAN SKRIPSI.....	vi
MOTTO.....	vii
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	viii
RIWAYAT HIDUP.....	ix
KATA PENGANTAR.....	x
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL.....	xvi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	4
1. Tujuan Umum.....	4
2. Tujuan Khusus.....	4
D. Manfaat Penelitian	5
E. Ruang Lingkup.....	5

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

A. Landasan Teori.....	6
1. Balita.....	6
2. Buahdan sayur.....	6

a. Kandungan Vitamin pada Buah dan Sayur.....	7
b. Manfaat Buah dan Sayur.....	8
c. Dampak Kurang Buah dan Sayur.....	9
d. Konsumsi Buah dan Sayur.....	10
3. Pengetahuan dan Pendidikan.....	10
a. Pengetahuan Gizi.....	11
b. Perilaku.....	12
c. Penyuluhan.....	12
4. Lembar Balik.....	13
5. Internalisasi Nilai Islam.....	14
B. Kerangka Teori.....	17
C. Kerangka Konsep.....	18
D. Hipotesis Penelitian.....	18

BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian.....	19
B. Lokasi dan Waktu Penelitian	20
1. Lokasi Penelitian.....	20
2. Waktu Penelitian	20
C. Populasi dan Sampel	21
1. Populasi.....	21
2. Sampel.....	21
3. Cara Pengambilan Sampel	22
D. Variabel Penelitian	23
E. Definisi Operasional.....	23
F. Pengumpulan Data	34
1. Jenis Data	24
2. Sumber Data.....	25
3. Metode Pengambilan Data	25
a. Data Primer	25
b. Data Sekunder	26

G. Langkah-langkah Penelitian.....	26
1. Instrumen Penelitian.....	26
a. Form Identitas Diri Sampel.....	26
b. Kuesioner Pengetahuan.....	26
c. Kuesioner Semi Quantitatif FFQ.....	26
d. Media Lembar Balik.....	26
2. Jalannya Penelitian.....	26
a. Tahap Persiapan.....	26
a). Survei Pendahuluan	26
b). Penyusunan Lembar Balik.....	27
c). Penyusunan Kuesioner.....	28
b. Tahap Pelaksanaan.....	30
c. Tahap Penyelesaian.....	31
H. Pengolahan Data dan Analisis Data	32
1. Pengolahan Data.....	32
a. Editing	32
b. Skoring	32
c. Koding	32
d. Entri Data.....	32
e. Tabulating.....	33
2. Analisis Data	33
a. Univariat	33
b. Bivariate	34

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum dan Lokasi Penelitian	35
B. Karakteristik Ibu.....	35
1. Usia Ibu	36
2. Pendidikan Ibu.....	36
3. Pekerjaan Ibu.....	37

C. Pengetahuan Tentang Buah dan Sayur Sebelum dan Sesudah Penyuluhan dengan Media Lembar Balik	37
D. Pengaruh Penyuluhan dengan Media Lembar Balik Terhadap Pengetahuan Ibu Balita Tentang Buah dan Sayur	41
E. Perilaku Konsumsi Buah dan Sayur Sebelum dan Sesudah Penyuluhan dengan Media Lembar Balik	43
F. Pengaruh Penyuluhan dengan Media Lembar Balik Terhadap Perilaku Konsumsi Buah dan Sayur Pada Balita 12-59 Bulan	47

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan.....	50
B. Saran	50

DAFTAR PUSTAKA	52
-----------------------------	-----------

LAMPIRAN.....	55
----------------------	-----------

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. BahanMakanan Sumber Vitamin C	7
2. Fungsidan Contoh Vitamin larutLemak.....	8
3. Jadwal Penelitan.....	20
4. SampelPenelitian.....	22
5. Definisi Operational.....	24
6. Lembar Balik	27
7. Hasil uji lembar balik.....	28
8. Kisi- kisi kuesioner pengetahuan	29
9. Hasil uji validitas	29
10. Koding Pengetahuan dan Perilaku Konsumsi Buah dan Sayur	32
11. Distribusi Usia Ibu Balita.....	36
12. Distribusi Pendidikan Ibu Balita	36
13. Distribusi Pekerjaan Ibu Balita	37
14. Distribusi Ibu Balita Berdasarkan Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Penyuluhan	38
15. Persentase Skor Jawaban Benar Pengetahuan Sebelum dan Susudah Penyuluhan	39
16. Pengetahuan Sesudah dan Sebelum	41
17. Distribusi Perilaku Balita Berdasarkan Konsumsi Buah dan Sayur Sebelum dan Sesudah Penyuluhan.....	43
18. Distribusi Balita Berdasarkan Konsumsi Buah Satu Bulan Terakhir Sebelum dan Sesudah Penyuluhan	44
19. Distribusi Balita Berdasarkan Konsumsi Sayur Satu Bulan Terakhir Sebelum dan Sesudah Penyuluhan.....	45
20. Perilaku Konsumsi Buah dan Sayur Sebelum dan Sesudah Penyuluhan	48

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Kuesioner Penyaringan
- Lampiran 2. Formulir Informed Consent
- Lampiran 3. Form Data Identitas Responden
- Lampiran 4. Formulir Pengetahuan Buah dan Sayur
- Lampiran 5. Kuesioner Semi Quantitative FFQ Sayur dan Buah
- Lampiran 6. Lembar Angket Penilaian Media Pembelajaran Booklet Buah dan Sayur
- Lampiran 7. Lembar Balik Buah dan Sayur
- Lampiran 8. Hasil Uji SPSS
- Lampiran 9. Dokumentasi
- Lampiran 10. Surat Keterangan Melaksanakan Penelitian